

SENIORIPYSÄKKI-TOIMINTA DIAKONIATYÖNTEKIJÖIDEN
TYÖVÄLINEENÄ

Outi Penttinen

Opinnäytetyö, syksy 2011

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Diak Länsi, Pori

Hoitotyön koulutusohjelma

Diakonisen hoitotyön suuntautumisvaihtoehto

Sairaanhoitaja (AMK) + diakonian (diakonissa)
virkakelpoisuus

TIIVISTELMÄ

Penttinen, Outi. Senioripysäkki-toiminta diakoniatyöntekijöiden työvälineenä. Diak Länsi, Pori, syksy 2011, 36 s., 2 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Hoitotyön koulutusohjelma, Diakonisen hoitotyön suuntautumisvaihtoehto, sairaanhoitaja (AMK) + diakonissan virkakelpoisuus.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää HelsinkiMissio-järjestön Senioripysäkki-ryhmäohjaajiksi kouluttamien diakoniatyöntekijöiden kokemuksia Senioripysäkistä seurakunnan työmuotona. Senioripysäkki-toiminta on HelsinkiMission kehittämää ryhmätoimintaa, joka on suunnattu yksinäisyydestä ja masennuksesta kärsiville yli 60-vuotiaille. Senioripysäkin valtakunnallistamisprojektin myötä ryhmiä toimii 29 paikkakunnalla ympäri maata. Koulutetuista sadasta Senioripysäkki-ryhmäohjaajasta noin neljäsosa on ammatiltaan kirkon diakoniatyöntekijöitä.

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, miten Senioripysäkki-toiminta soveltuu diakoniatyöntekijöiden työvälineeksi. Näkökulmana oli diakoniatyöntekijöiden kohtaama ikääntyneiden yksinäisyys ja osattomuus. Lisäksi haluttiin selvittää Senioripysäkki-toimintaan liittyviä diakoniatyöntekijöiden käsityksiä terveyden edistämisestä seurakunnassa.

Tutkimusaineiston kerääminen toteutettiin postikyselyllä sekä yhden Senioripysäkki-ohjaajan henkilökohtaisella haastattelulla. Kyselyyn osallistui 15 vastaajaa. Tämä tutkimus oli laadullinen ja aineisto analysoitiin sisällönanalyysi-menetelmää käyttäen. Vastaukset koottiin käsitteellisiksi alaluokiksi, joiden perusteella yläluokkakäsitteet muodostettiin.

Tutkimuksen päätuloksena oli, että Senioripysäkki-toiminta on seurakunnan diakonista vanhustyötä tukeva uusi ryhmätyömenetelmä, jonka avulla ikääntyvien osallisuus voi toteutua. Ikääntyvien terveyttä edistetään seurakunnan diakoniatyössä ohjauksen ja neuvonnan avulla kokonaisvaltaisen kohtaamisen kautta. Seurakunnan toiminnassa painottuu ikääntyvien henkisen ja hengellisen terveyden edistäminen.

Johtopäätöksenä voidaan todeta, että Senioripysäkki-toiminta soveltuu hyvin seurakunnan työmuodoksi ja antaa uuden työvälineen diakoniatyöntekijöiden käyttöön. Senioripysäkin ryhmätoiminta voi auttaa ikääntyvien yksinäisyyden lievittämisessä. Toiminta lisää osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemista monin tavoin. Senioripysäkki edistää ikääntyvien terveyttä mm. osallisuuden kokemisen kautta.

Asiasanat: Senioripysäkki, diakoniatyö, vanhustyö, osallisuus, terveyden edistäminen

ABSTRACT

Penttinen, Outi. A New Group Working Method for Diaconal Work. 36 p., 2 appendices. Language: Finnish. Pori, Autumn 2011.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Nursing, Option in Diaconal Nursing. Degree: Nurse + Deaconess.

The aim of the study was to find out experiences of diaconal workers who had been trained by Helsinki Missio to be in Senioripysäkki group directors. Senioripysäkki offers group activity which is directed for over 60-year-old people who suffer from loneliness and depression. There are Senioripysäkki groups in 29 places in Finland. There are a hundred trained group directors and one quarter of them are church diaconal workers.

The purpose of this study was to find out whether Senioripysäkki activity is a suitable working method for diaconal workers. The perspective was ageing people's loneliness and deprivation faced by diaconal workers. It was wanted to find out from diaconal workers' point of view how Senioripysäkki activity promoted people's health in the church.

The data were collected by mailed questionnaires and one personal interview. In all, 15 responded to the enquiry. This study was qualitative and the material was analysed by content analysis. The responses were collected into conceptual subcategories and upper-class concepts were created on this basis.

The main result of the research was: Senioripysäkki activity is a new group method that supports diaconal geriatric care given by the church. Using this activity the participation of ageing people can be increased. The health of ageing people is promoted by guidance and counseling of church diaconal work through comprehensive encounter. The promotion of mental and spiritual health of ageing people is possible in diaconal work.

The conclusion is that Senioripysäkki activity is a suitable working method in the church. It gives a new tool for diaconal workers to use. Senioripysäkki group activity can alleviate the loneliness of ageing people. The activity adds the experience of participation and community spirit in many ways. Senioripysäkki promotes the health of ageing people when they experience participation.

Keywords: Senioripysäkki, diaconal work, geriatric care, participation, health promotion

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 HELSINKIMISSIÖN TOIMINTA IKÄÄNTYVIEN TUKEMISEKSI	8
2.1 HelsinkiMission toiminta-alueet	8
2.2 Senioripysäkki-mallin kehittäminen	8
2.3 Ryhmäanalyysi Senioripysäkin pohjana	9
2.4 Senioripysäkkiä käsittelevät tutkimukset	10
3 KIRKON VANHUSTYÖ	11
3.1 Diakoniatyö tavoittaa vanhuksia	11
3.2 Kirkon vanhustyön strategia 2015	12
4 IKÄÄNTYVIEN TERVEYDEN EDISTÄMINEN	14
4.1 Terveiden edistäminen käsitteenä	14
4.2 Valtakunnalliset laatusuositukset	14
4.3 Terveiden edistäminen diakoniatyössä	15
5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	17
5.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimustehtävät	17
5.2 Kohderyhmä, tutkimusmenetelmät ja aineiston keruu	17
5.3 Tutkimusaineiston analysointi	19
5.4 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	19
6 SENIORIPYSÄKKI-TOIMINTA DIAKONIATYÖSSÄ	21
6.1 Kyselyn tulokset	21
6.1.1 Taustatietokysymykset	21
6.1.2 Senioripysäkki-toiminta seurakunnan diakoniatyössä	21
6.1.3 Senioripysäkki apuna ikääntyneiden yksinäisyyden lievittämisessä	22
6.1.4 Terveiden edistäminen seurakunnassa	23
6.2 Kysymysten yhteenveto	25

6.3 Haastattelu kyselyn syventäjänä	26
7 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET	28
LÄHTEET	31
LIITE 1: Tutkimuskysely diakoniatyöntekijöille Senioripysäkki-toimintaan liittyen	34
LIITE 2: Tutkimuskyselyn saatekirje	35

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni aiheena on Senioripysäkki-toiminta diakoniatyöntekijöiden työvälineenä. Senioripysäkki on HelsinkiMission kehittämää terapeutista ryhmätoimintaa yksinäisten ja masentuneiden vanhusten auttamiseksi. Senioripysäkin tavoitteena on vähentää ikääntyneiden yksinäisyyttä, syrjäytyneisyyttä, masentuneisuutta, ahdistusta ja muita psykososiaalisia ongelmia (HelsinkiMissio 2/2011, 23). Toiminta on alkanut Helsingissä 2000-luvun alussa Raha-automaattiyhdistyksen projektirahoituksella. Vuodesta 2006 alkaen HelsinkiMissio on kouluttanut ryhmänohjaajia myös eri paikkakunnilla ympäri Suomea. (Senioripysäkki i.a.)

Ryhmäohjaajat toteuttavat kevyempää Senioripysäkki-ryhmämallia, joka ei ole terapiaa, mutta tarjoaa työkaluja ikääntyneiden vaikeidenkin asioiden käsittelyyn ryhmässä (Senioripysäkki-ryhmäohjaajan käsikirja 2008, 1).

Valtakunnallisesti Senioripysäkki-ryhmiä on tällä hetkellä 29 paikkakunnalla. HelsinkiMission kouluttamat ryhmäohjaajat ovat sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisia. (HelsinkiMissio 2/2011, 24.) Koulutetuista sadasta Senioripysäkki-ohjaajasta noin neljäsosa on ammatiltaan kirkon diakoniatyöntekijöitä (Senioripysäkki i.a.).

Senioripysäkki-toiminnan vaikuttavuutta vanhusten yksinäisyyden lievittämisessä on tutkittu Vanhustyön keskusliiton tutkimus- ja kehittämishankkeina: Ari Marjovuon, Kaisu Pitkälän ja Pirkko Routasalon toimittama Senioripysäkin ryhmäterapia psykososiaalisena kuntoutuksena, Tutkimusraportti 8, 2005 ja Kaisu Pitkälä, Pirkko Routasalo, Hannu Kautiainen, Niina Savikko & Reijo Tilvis: Psykososiaalisen ryhmäkuntoutuksen vaikuttavuus, Tutkimusraportti 11, 2005.

Tutkimustulokset ovat rohkaisevia ja innostavia: yksinäisyydestä kärsivien ikäihmisten huolellisesti suunniteltu ja toteutettu psykososiaalinen ryhmäkuntoutus voi sosiaalisesti aktivoida ja voimaannuttaa ikääntyneitä. Ryhmäkuntoutus jopa vähentää ikääntyneiden sosiaali- ja terveystalveluiden käyttökustannuksia. (Pitkälä, Routasalo, Kautiainen, Savikko & Tilvis 2005, 6.)

Olen valmistunut Senioripysäkki-ohjaajaksi keväällä 2009. Porissa koulutettiin seitsemän ohjaajaa. Satakunnan Vanhustuki ry:n ylläpitämässä Ikäihmisten neuvolassa käy-

timme Senioripysäkkiä ikääntyneiden ryhmätyömuotona (Satakunnan Vanhustuki ry, 2010). Kokemukset ohjatuista ryhmistä ovat olleet opettavia ja myönteisiä. Nyt diakonissaopintojen myötä minua kiinnostaa diakoniatyöntekijöiden näkökulma Senioripysäkki-toimintaan osana seurakunnan työtä.

Opinnäytetyöni tutkimustehtävänä on selvittää Senioripysäkki-ohjaajiksi koulutettujen diakoniatyöntekijöiden kokemuksia tästä ryhmätoiminnasta. Ovatko diakoniatyöntekijät ottaneet Senioripysäkin työvälineekseen ja miten toiminta on palvellut seurakunnan diakoniatyötä? Onko Senioripysäkki-toiminnasta ollut apua seurakunnan työntekijöiden kohtaamassa ikääntyvien yksinäisyydessä ja masennuksessa ja jos on niin miten?

Tutkimukseni keskeisenä viitekehyksenä on seurakunnan diakoniatyössä esille tuleva ikäihmisten yksinäisyys ja vertaistuen tarve. Haluan myös selvittää diakoniatyöntekijöiden ajatuksia ikääntyvien terveyden edistämisestä. Miten terveyden edistämisen näkökulma on mukana seurakunnan vanhustyössä?

2 HELSINKIMISSION TOIMINTA IKÄÄNTYVIEN TUKEMISEKSI

2.1 HelsinkiMission toiminta-alueet

HelsinkiMissio on perustettu vuonna 1883, jolloin yhdistys oli nimeltään Helsingin Kaupunkilähetys. HelsinkiMissio on itsenäinen järjestö, joka toimii kristillisen ihmiskäsityksen pohjalta. Yhdistys toimii ensisijaisesti pääkaupunkiseudulla, mutta Senioripysäkin valtakunnallistamisprojektin myötä seniori- ja vanhustyö on laajentunut valtakunnalliseksi. Yhdistyksen toiminta-alueita ovat seniori-, vanhus-, nuoriso- ja erityisryhmätyö. Yhdistyksen missiona on etsiä, löytää ja auttaa unohdettuja kaupunkilaisia ja haastaa kaikkia lähimmäisyyteen ja yhteisvastuuseen. (Senioripysäkki-ryhmäohjaajan käsikirja, 2008, 3.)

HelsinkiMissio toteuttaa näkyään sekä ammattiauttajien että vapaaehtoisten toiminnan kautta. Järjestö haluaa olla nopea tunnistamaan hädän eri muotoja ja löytämään niihin ratkaisuja. Viime vuoden toimintakertomuksessa kerrotaan, että järjestön toimintaa ovat leimanneet tuloksekas varainhankinta, vapaaehtoistoiminnan kehittäminen sekä onnistuneiden toimintamallien jakaminen Helsingin ulkopuolelle. (HelsinkiMissio 2/2011, 20.)

2.2 Senioripysäkki-mallin kehittäminen

Ikääntyneiden yksinäisyys on yleinen ongelma, joka voi johtaa heikentyneeseen elämänlaatuun, dementoitumiseen, lisääntyneeseen terveyspalveluiden ja laitoshoidon tarpeeseen sekä kuolemanvaaraan (Pitkälä, Routasalo, Kautiainen, Savikko & Tilvis 2005, 5). Yksinäisyys koskettaa yli 300 000:a yli 65-vuotiaasta Suomessa (Senioripysäkki i.a.).

Ikääntyneiden määrä kasvaa Suomessa ja muuallakin Euroopassa. Avun saaminen psykososiaalisiin ongelmiin on vaikeaa iästä riippumatta, ja erityisen vaikeaa on ikääntyneen päästä terapiaan. Senioripysäkin tavoitteena on ollut kehittää ryhmäterapiamalli, jota voisi soveltaa seniori- ja vanhustyössä. Samalla on luotu malli myös ryhmien koamiselle. (Marjovuori, Pitkälä, Routasalo 2005, 5.)

Senioripysäkin isä, ryhmäanalyttikko, psykoterapeutti Ari Marjovuo toi ryhmäanalyttisen terapiaryhmän työmenetelmäksi HelsinkiMission seniorityöhön. Yhdessä Senioripysäkin ryhmäanalyttikoiden kanssa hän loi ”kevyemmän” ryhmäsovelluksen, 15 keran Senioripysäkki-ryhmämallin. (Senioripysäkki-ryhmäohjaajan käsikirja 2008, 8.)

Valtakunnallisen Senioripysäkin terapeuttiset keskusteluryhmät on suunnattu yli 60-vuotiaille. Maksuton Senioripysäkki tarjoaa matalan kynnyksen apumuodon tilanteessa, joissa yhteiskunta ei korvaa yli 60-vuotiaan terapiaa. Senioripysäkin asiakkaiden ongelmat vuoden 2010 aikana liittyivät mm. yksinäisyyteen, masennukseen sekä elämäntilanteiden muutoksiin, kuten eläkkeelle jäämiseen tai leskeytymiseen. Valtakunnallisissa Senioripysäkki-ryhmissä oli vuoden 2010 aikana mukana 219 henkilöä. Ryhmäläisten keski-ikä oli 75 vuotta. Yhden Senioripysäkki-ryhmän kesto on 15 viikkoa, koontumiset tapahtuvat viikoittain, 1,5 tuntia kerrallaan. (HelsinkiMissio 2/2011, 24.)

Jokaista ryhmän kokoontumiskertaa varten on varattu oma teema, jonka puitteissa ryhmän 5-10 jäsentä keskustelevat. Aiheet koskettavat jokaisen elämää, teemoina ovat mm. lapsuus, yksinäisyys, masennus, elämän kohokohdat, luopuminen jne.

Valtakunnalliset Senioripysäkki-ryhmät tarjoavat ikääntyvälle mahdollisuuden elämän asioiden terapeuttiseen käsittelyyn. Ohjaajat ovat sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisia, jotka ohjaavat ryhmiä oman työnsä puitteissa. Yhteisenä tavoitteena on mahdollistaa se, että ikääntynyt voisi eheyttää omaa elettyä elämäänsä iloiseen ja suruineen. (HelsinkiMissio 2/2011, 25.)

2.3 Ryhmäanalyysi Senioripysäkin pohjana

Ryhmien merkitys on yksilölle valtava. Jos tämä ymmärretään, voimme kaikissa yhteiskunnan ryhmissä kokea ja mahdollistaa aidon vuorovaikutuksen. Tulemme kohdatuiksi ihmisinä ja peilauksen kautta voimme oppia itsestämme. Samalla opimme huomaamaan, miten toiset reagoivat. (Lindroos & Segercrantz 2009, 19.)

Ryhmäanalyysi rakentuu ajatukselle, että yksilö ei voi olla yksilö ilman ryhmää. Eri ryhmissä olevien kesken syntyy aina dynaaminen kenttä, jonka kautta vuorovaikutus tapahtuu. (Lindroos & Segergrantz 2009, 5.)

Alkujuuriltaan ryhmäanalyysi on yksi psykoanalyttisen ryhmäterapian muoto, jossa käytetään hyväksi ryhmän terapeuttisia mahdollisuuksia. Ryhmän ohella terapeuttisen prosessin toinen painopiste on yksilöissä, yksittäisissä ryhmän jäsenissä ja heidän suhteissaan sekä toinen toisiinsa että ryhmän terapeuttiin. (Salminen 1997, 12.)

2.4 Senioripysäkkiä käsittelevät tutkimukset

Ikääntyneiden yksinäisyyteen liittyen Vanhustyön keskusliitto on julkaissut vuonna 2005 kaksi Senioripysäkki-toimintaa kartoittavaa tutkimusraporttia. Tutkimukset käsittelevät Senioripysäkin ryhmäterapiaa psykososiaalisena kuntoutuksena sekä psykososiaalisen ryhmäkuntoutuksen vaikuttavuutta. Tutkimukset käsittelevät virallisen terapia-koulutuksen saaneiden ohjaajien ohjaamien ryhmien toimintaa. (Marjovuori ym. 2005; Pitkälä ym. 2005.)

Psykososiaalinen ryhmäkuntoutus vaikutti monella tavalla myönteisesti yksinäisyydestä kärsivien ikääntyneiden elämään. Kuntoutus aktivoi heitä sosiaalisesti. Ryhmäkuntoutuksen myönteiset vaikutukset näkyivät siihen osallistuneiden psyykkisen hyvinvoinnin paranemisena. Terveystilan paraneminen näkyi interventoryhmässä kontrolliryhmää vähäisempänä terveystilana. Ryhmäkuntoutus paransi siis siihen osallistuneiden kuntoutettavien psyykkistä hyvinvointia, kognitiota ja terveystilaa. (Pitkälä ym. 2005, 5, 6.)

Tuula Vainio on vuonna 2009 Helsingin yliopistossa valtiotieteellisessä tiedekunnassa tehdyssä Pro gradu -tutkielmassaan käsitellyt valtakunnallisiin Senioripysäkki-ryhmiin osallistuneiden ikääntyvien henkilökohtaisia kokemuksia yksinäisyydestä ja yksinäisyyden vaikutusta elämänlaatuun. Vainion tutkimus tukee edellisiä tutkimuksia ja osoittaa Senioripysäkin kaltaisten ryhmätapaamisten sopivan ikääntyneiden yksinäisyyden kokemuksen ehkäisyyn. (Vainio 2009, 71.)

3 KIRKON VANHUSTYÖ

3.1 Diakoniatyö tavoittaa vanhuksia

Diakonia kuuluu kirkon perustehtävään. Sen tarkoituksena on kristilliseen rakkauteen perustuva avun antaminen erityisesti niille, joiden hätä on suurin ja joita ei muulla tavoin auteta. Kirkon diakoniatyö toteutuu osana paikallisseurakuntien toimintaa sekä ammatillisesti koulutettujen diakonianviranhaltijoiden että vapaaehtoisten työnä. Diakoniatyöhön osallistuvat myös muut kirkon työntekijät. (Kirkon tutkimuskeskus 2008, 173.)

Vuosina 2004 -2007 kirkon diakoniasta haettiin apua erityisesti taloudellisiin ongelmiin. Työtä tehtiin paljon myös asiakkaan oikeuksien selvittämisessä ja tukineuvonnassa. Asiakaskontaktien painopiste siirtyi vanhuksista työikäisiin. Diakoniatyön asiakkaita oli viisi prosenttia kirkon väkiluvusta vuonna 2007 eli noin 193 000 henkeä. Asiakaskontaktit vähenivät kertomuskaudella 2004 -2007 yhdeksän prosenttia. Vuonna 2007 kontaktien määrä oli 709 000 kpl. Asiakaskontakteista yli puolet toteutui työikäisten kanssa. Ikäryhmittäin tarkasteltuna asiakaskontakteja yli 74-vuotiaiden kanssa oli 27 %. (Kirkon tutkimuskeskus 2008, 175.)

Vuonna 2009 diakoniatyössä oli 209 519 asiakasta ja asiakaskontakteja oli 638 149 kpl. Yleisin kontaktien syy oli taloudelliset ongelmat (25,7 %), mutta myös terveyteen ja sairauteen liittyvät ongelmat sekä ihmissuhdekysymykset olivat kontaktien syynä useissa tapauksissa. (Kirkon tilastollinen vuosikirja 2009, 96.)

Seurakunnilta kysyttiin loppuvuodesta 2007, millaisten ongelmien määrä on lisääntynyt ja millaisten vähentynyt seurakunnan diakoniatyössä kohdattujen asiakkaiden parissa vuosien 2004-2007 aikana. Vastausten mukaan neljän vuoden aikana olivat lisääntyneet yli 60 prosentissa seurakunnista yksinäisyyteen (65 %), mielenterveyteen (62 %) ja ihmissuhteisiin (61 %) liittyvät kysymykset. Vanhusten ongelmat olivat myös lisääntyneet 61 %:ssa seurakunnista. (Kirkon tutkimuskeskus 2008, 179.)

Diakoniatyöntekijöiden työkuva sisältää yleensä yksilö- tai perhekohtaista asiakastyötä sekä erilaisia muita tehtäviä, kuten ryhmien vetämistä, leirejä, tapahtumien järjestämistä ja retkiä. Diakoninen näkökulma vanhustyössä toteutuu, kun työtä tehdään huonokun-

toisten, syrjäytyneitten ja syrjäytymisvaarassa olevien vanhusten ja heidän omaistensa kanssa. Kotikäynnit, kuten syntymäpäiväkäynnit, ovat etsivän vanhustyön muotona monissa seurakunnissa osa diakoniatyön arkea. (Helin, Hiilamo & Jokela 2010, 50, 51, 55.)

Raili Gothónin ja Eila Jantusen tutkimuksessa, joka selvittelee käsitteitä ja käsityksiä diakoniatyöstä ja diakonisesta työstä, diakoniatyöntekijät korostivat diakoniatyön etsivää ja yhteiskunnallisesti vaikuttavaa luonnetta heikompiensa auttamiseksi. Tulokset osoittavat, että tällä hetkellä etsivä työ tai vaikuttamistyö ei painotu diakoniatyöntekijöiden työssä. Samanaikaisesti, kun taloudellinen lama lisää taloudellista ja sosiaalista hätää, vanhusten määrän kasvu ja terveyserojen suuruus lisäävät terveyteen liittyvää hätää. Tutkimus osoittaa, että taloudelliset, terveydelliset ja hengelliset kysymykset liittyvät kiinteästi toisiinsa. (Gothóni & Jantunen, 2010, 125.)

Meidän kirkko – välittävä yhteisö – kirkon diakonian ja yhteiskuntatyön linjauksessa 2015 on yhdeksi strategiseksi suuntaviivaksi kirjattu myös yhdessä tekemisen vahvistaminen. Tehtävänä on vahvistaa seurakunnassa ja lähiyhteisöissä verkostoja, joissa toteutuvat osallisuus, lähimmäisenrakkaus ja luottamus. Tähän tehtävään kuuluu mm. toiminta- ja vertaisryhmien tukeminen. (Suomen evankelisluterilainen kirkko i.a.)

Kirkon Sosiaalifoorumin teeseissä todetaan, että yhteisöllisyys kuuluu ihmisarvoiseen vanhuuteen. Ihmissuhteet ja osallisuus elämään ovat hyvän elämän perusedellytyksiä. Vanhuksille tulee taata mahdollisuuksia osallisuuden toteutumiseen. Oikeus ihmissuhteisiin ja kohtaamiseen tulee taata myös fyysisten tai muiden esteiden vuoksi kodin tai laitosten seinien sisälle jääville vanhuksille. (Kirkon Sosiaalifoorumin kannanotto 2007, 27.)

3.2 Kirkon vanhustyön strategia 2015

Väestön ikääntyminen on todellisuutta koko maailmassa. Seurakunnat kohtaavat työssään myös vanhenemisen toiminnalleen tuomat haasteet ja ovat uuden tilanteen edessä. Kirkon vanhustyön strategian tehtävänä ja tavoitteena on luoda perusteet, suuntaviivat ja tavoitteet kirkon vanhustyölle vuoteen 2015. Strategian lähtökohtana on selkeyttää varsinaisen seurakuntatyön ja diakonisen vanhustyön työnjakoa. Strategiaa on laadittu yhteistyössä sosiaali- ja terveysministeriön, lääninhallitusten, vanhustyön ja kristillisten

järjestöjen sekä isojen ja pienten seurakuntien edustajien kanssa. (Suomen evangelisluterilainen kirkko a, i.a., 3.)

Kirkon vanhustyössä on tulevaisuudessa tärkeää työskennellä vanhusten sekä vanhusten parissa tehtävän työn arvostuksen nostamiseksi. Strategian keskeisiä painopisteitä ovat vanhusten sosiaalisen pääoman ja kokemuksen hyödyntäminen seurakuntatyössä ja tämän pääoman siirtäminen nuoremmille sukupolville sekä eri tavoin syrjäytymisuhan alla olevien vanhusten tukeminen ja hoitaminen huomioiden myös palvelutaloissa ja laitoksissa asuvat vanhukset. Yhteisöllisyyttä tulisi kasvattaa ja lisätä seurakunnissa. (Suomen evangelisluterilainen kirkko a, i.a., 4.)

Kirkon vanhustyön avaintehtävät ovat uskon, hengellisen ja henkisen elämän vahvistaminen, vanhusten ihmisarvon jakamaton puolustaminen ja oikeudenmukaisen kohtelun edistäminen. Toiminnassa tuetaan vanhusten omien voimavarojen käyttämistä. Kirkon vanhustyön kehittämistavoitteissa nostetaan esiin kirkon perusasian, hengellisyyden ohella myös mm. vertaistuen mahdollistaminen seurakuntatyössä sekä kasvavan eläkeläisten joukon huomioon ottaminen seurakuntatyössä. (Suomen evangelisluterilainen kirkko a, i.a., 16.)

4 IKÄÄNTYVIEN TERVEYDEN EDISTÄMINEN

4.1 Terveiden edistäminen käsitteenä

Terveys kuvataan usein yhdeksi ihmisen elämän tärkeimmistä arvoista. Voidaan olettaa, että terve ihminen kykenee toteuttamaan elämänsä päämääriä. Terveiden edistämiseksi hyödynnetään useiden tieteenalojen tietoperustaa. Terveyttä pyritään edistämään sekä yksilö- että yhteisötasolla. Terveyttä edistävä yhteiskuntapolitiikka tukee terveystalve- luiden uudelleen järjestämistä sekä terveyttä tukevan ympäristön aikaansaamista. (Pietilä 2010, 10,11.)

Terveiden edistämisen eettisiä periaatteita ovat ihmisarvon kunnioittaminen, itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, oikeudenmukaisuus sekä voimavarojen vahvistaminen, vastuullisuus ja osallisuus (Pietilä, Länsimies-Antikainen, Vähäkangas & Pirttilä 2010, 19).

Terveiden edistämisen määritelmään kuuluvat keskeisesti seuraavat ajatukset:

1. Terveys on prosessi, joka jatkuu läpi elämän.
2. Voimaantumisen lähestymistapa tarkoittaa ihmisten kykyä oppia ymmärtämään itse, mitkä tekijät tukevat heidän terveystään.
3. Terveys ei ole terveystalve- luiden päämäärä, vaan päämääränä on hyvä elämä tai hyvä elämänlaatu. (Lindström & Eriksson 2010, 35.)

4.2 Valtakunnalliset laatusuositukset

Sosiaali- ja terveystalve- luiden julkaisemassa terveiden edistämisen laatusuosituksessa vuodelta 2006 käsitellään terveiden edistämistä myös ikääntyneiden kannalta. Keskeistä ikääntyneiden terveiden edistämisen suunnittelussa, toteutuksessa ja arvioinnissa on se, että terveys ja toimintakyky nähdään laajasti, ikäihmisen fyysisen, kognitiivisen, psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn tarkasteluna. Ikääntyneiden mahdollisuudet osallistua esimerkiksi liikuntaan, opiskeluun, järjestötoimintaan ja kulttuuritapahtumiin ovat keino lisätä sosiaalista kanssakäymistä ja vähentää yksinäisyyttä. (Sosiaali- ja terveystalve- luiden 2006, 69.)

Ikäihmisten palveluiden laatusuosituksessa vuodelta 2008 todetaan, että ikäihmisten hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen keskeisenä sisältönä on mm. onnistuvan ikääntymisen turvaaminen, joka tarkoittaa esim. osallisuuden tukemista, sosiaalisten verkostojen ylläpitämistä sekä ikääntyvän mahdollisuuksia mielekkääseen tekemiseen. Harrastus-, virkistys- ja kuntoutustoiminta sekä mahdollisuus vertaistukeen ovat tärkeitä sekä ikääntyville että heidän omaishoitajilleen. Tekemällä hyvää yhteistyötä järjestöjen, seurakuntien ja vapaaehtoisten kanssa kunnat hyödyntävät myös niiden voimavarat ikääntyneiden osallisuuden ja aktiivisuuden tukemisessa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 22.)

Kansallinen sosiaali- ja terveydenhuollon kehittämisohjelma KASTE korostaa ikääntyvien ja heidän omaistensa osallistamista ja voimaannuttamista. Iäkkäitä pyritään tukemaan aktiivisina toimijoina mm. omien palveluidensa suunnittelussa ja kehittämisessä. Toimintakykyisenä ikääntyminen – vanhuspalveluiden palvelurakenteen ja toimintamallin kehittäminen Länsi-Suomessa 2010 – 2012 osahankkeen tavoitteena on mahdollistaa ikääntyvien kotona asuminen mahdollisimman pitkään. (Satakunnan sairaanhoitopiiri i.a.)

KASTE-hanke rahoittaa Porissa kaupungin Satakunnan Vanhustuki ry:n Ikäihmisten neuvolan jatkoksi perustaman Ikäpisteen toimintaa. Ikäpisteestä on mahdollista saada ohjausta ja neuvontaa erilaisista ikääntyneiden tuista ja palveluista. Myös terveyden edistämisen näkökulmaa toteutetaan ohjauksella. Ikäpisteestä on mahdollisuus saada tietoa mm. kaupungissa toimivista Senioripysäkki-ryhmistä. (Porin Perusturva i.a.)

4.3 Terveyden edistäminen diakoniatyössä

Suuri osa diakoniatyön asiakaskunnasta tarvitsee tukea monella elämänalueella. Useimmiten on vaikeaa edes määritellä, mikä on asiakkaan ensisijainen hätä, koska elämän ongelmat ovat kietoutuneet toisiinsa. Diakoniatyön tavoitteena on palvella ihmistä mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. (Hakala 2002, 234.)

Nykyisin diakonisojen työssä sairaanhoidollinen auttaminen on pääasiassa erilaista terveysasioihin liittyvää neuvontaa ja ohjaamista. Sairaanhoitajan koulutus antaa hyvän pohjan ihmisen kohtaamiselle. Koska ihminen on kokonaisuus, terveydelliset ongelmat ovat usein yhteydessä elämän psyykkisiin paineisiin. Hoidollisen neuvonnan yhteydessä

voidaan luontevasti keskustella ihmisen muistakin elämän ongelmista ja kipukohdista. Diakonisessa hoitotyössä on samoja piirteitä kuin caring-hoitamisessa, jossa keskeistä on inhimillisyys, eettisyys, välittäminen, vuorovaikutus ja asiakkaan itsehoidon ja osallistumisen tukeminen. (Hakala 2002, 26.)

Gothónin ja Jantusen tutkimuksessa (Käsitteitä ja käsityksiä diakoniatyöstä ja diakonisesta työstä) tulee esille diakonissan asiantuntijuus terveyden ja kohtaamisen alueilla sekä diakonin asiantuntijuus sosiaaliturvien ja yhteisön alueilla. (Gothóni & Jantunen 2010, 70, 78.)

Diakoniatyöntekijöille tehdyssä kyselyssä kartoitettiin vastaajien kokemuksia ja käsityksiä asiantuntijuudesta (Gothóni & Jantunen 2010, 62). Sairaanhoidajan kompetensseista eli osaamisvaatimusalueista diakonissojen vastauksissa kohosi tärkeimmäksi hoitotyön asiakastyön osaaminen. Diakonissat tunnistavat holistisen ihmiskäsityksen ja ihmisen kokonaisuuden eri olemisen muodoissa. Toiseksi vahvimmin tuli esiin ohjaus- ja opetusosaaminen. Tätä osaamista diakonissat hyödynsivät ohjatessaan erilaisia asiakkaita, heidän omaisiaan ja läheisiään sekä ryhmiä, tukiessaan asiakasta itsehoidossa, ohjatessaan asiakasta lääkehoitoon liittyvissä asioissa potilaan terveydentilan ja hoitoon sitoutumisen edistämiseksi. Kolmanneksi vahvimpana oli terveyden edistämisen osaaminen. Diakonissa osaa tunnistaa ja ennakoida yksilön ja perheen tai ryhmän terveysongelmia ja -uhkia sekä tukea ja ohjata yksilöä, perhettä ja ryhmää ottamaan vastuuta terveyden, voimavarojen ja toimintakyvyn ylläpitämisestä ja edistämisestä. (Gothóni & Jantunen 2010, 91.)

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

5.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimustehtävät

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää Senioripysäkki-ryhmäohjaajiksi koulutettujen kirkon diakoniatyöntekijöiden kokemuksia ja mielipiteitä Senioripysäkki-toiminnasta osana seurakunnan työtä. Ovatko diakoniatyöntekijät ottaneet ko. ryhmätoiminnan työvälineekseen ja miten toiminta palvelee diakoniatyötä?

Opinnäytetyön tutkimuskysymyksinä olivat:

1. Miten Senioripysäkki-toiminta palvelee seurakunnan diakoniatyötä?
2. Onko Senioripysäkki-toiminnasta apua ikääntyvien yksinäisyyden ja osattomuuden lievittämisessä ja jos on niin miten?
3. Miten terveyden edistämisen näkökulma on mukana seurakunnan vanhustyössä?

Näiden kysymysten selvittelyn myötä tämä opinnäytetyö omalta osaltaan lisää tietoa Senioripysäkki-toiminnan käytöstä vanhustyössä sekä innostaa myös diakoniatyöntekijöitä tutustumaan ja osallistumaan Senioripysäkki-ryhmäohjaajakoulutukseen. Lisäksi opinnäytetyön tarkoituksena on nostaa esille terveyden edistämisen näkökulmaa seurakunnan diakoniatyössä.

5.2 Kohderyhmä, tutkimusmenetelmät ja aineiston keruu

Tutkimuksen kohderyhmänä olivat diakoniatyöntekijät, jotka ovat osallistuneet HelsinkiMission Senioripysäkki-ryhmäohjaajakoulutukseen. Heidän yhteystietonsa poimittiin Senioripysäkin internet-sivustolta, josta Suomen eri paikkakunnilla kokoontuvien ryhmien ja niiden ohjaajien tiedot ovat löydettävissä. Diakoniatyöntekijän, diakonin tai diakonissan nimikkeellä olevia Senioripysäkki-ohjaajia löytyi sivustolta sekä tämän opinnäytetyön tekijän omasta ohjaajakoulutusryhmästä yhteensä 25.

Tämä tutkimus on laadullinen eli kvalitatiivinen. Lähtökohtana laadullisessa tutkimuksessa on todellisen elämän kuvaaminen. Tähän sisältyy ajatus, että elämä on moninainen. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa pyritään tutkimaan kohdetta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2002, 152.)

Tutkimustyyppiltään laadullinen tutkimus on empiiristä, ja laadullisessa tutkimuksessa on kyse empiirisen analyysin tavasta tarkastella havaintoaineistoa ja argumentoida (Tuomi & Sarajärvi 2009, 22).

Laadullisessa tutkimuksessa ei pyritä tilastollisiin yleistyksiin. Siinä pyritään mm. kuvaamaan jotain ilmiötä tai tapahtumaa, ymmärtämään tiettyä toimintaa, antamaan teoreettisesti mielekäs tulkinta jollekin ilmiölle. Täten laadullisessa tutkimuksessa on periaatteessa tärkeää, että henkilöt, joilta tietoa kerätään, tietävät tutkittavasta ilmiöstä mahdollisimman paljon tai heillä on kokemusta asiasta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 85.)

Tutkimusaineisto kerättiin postikyselyllä. Haastateltavat diakoniatyöntekijät asuvat eri puolilla maata ja postitse lähetettävällä kyselyllä heidät oli melko helppo tavoittaa. Kyselykirjettä postitettiin 25 kpl ja vastauksia saatiin 15 kpl. Kyselyn vastausprosentiksi tuli 60.

Postikyselyn lisäksi päätettiin suorittaa yhden diakoniatyöntekijän henkilökohtainen haastattelu. Haastattelun toivottiin syventävän kyselylomakkeen vastauksia tutkimuksen laadullista näkökulmaa ajatellen. Haastattelu suoritettiin teemahaastatteluna kyselylomakkeen kysymysjärjestystä vapaasti noudattaen.

Kysely postitettiin vastaanottajille huhtikuun puolivälissä ja heidän toivottiin vastaavan 5.5.2011 mennessä. Yhden diakoniatyöntekijän henkilökohtainen haastattelu suoritettiin 30.5.2011.

Kyselylomake suunniteltiin yksisivuiseksi ja mahdollisimman selkeäksi. Lomakkeen alussa selvitettiin avoimin, lyhyin kysymyksin vastaajan ammatti, työpaikka sekä valmistumisaika Senioripysäkki-ohjaajaksi. Lisäksi kysyttiin, montako Senioripysäkkiryhmää vastaaja on ohjannut ja ohjaako hän näitä ryhmiä työssään. Tutkimuskysymykset esitettiin kolmena avoimena kysymyksenä. Kysymysten asettelussa luotettiin siihen, että tutkittava aihe on vastaajille tuttu ja läheinen. (Liite 1)

Kysymyslomakkeen mukana lähetetyssä saatekirjeessä opinnäytetyön tekijä esitteli itsensä ja kertoi tutkimuksensa tarkoituksesta ja toteuttamisesta. (Liite 2)

5.3 Tutkimusaineiston analysointi

Kerätty tutkimusaineisto, kyselyvastaukset ja haastattelu, päätettiin analysoida sisällönanalyysi-menetelmää käyttäen. Tutkimuksen aineisto kuvaa tutkittavaa ilmiötä ja analyysin tarkoitus on luoda sanallinen ja selkeä kuvaus tutkittavasta ilmiöstä. Sisällönanalyysillä pyritään järjestämään aineisto tiiviiseen ja selkeään muotoon kadottamatta sen sisältämää informaatiota. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108.)

Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä yhdistellään käsitteitä ja näin saadaan vastaus tutkimustehtävään. Sisällönanalyysi perustuu tulkintaan ja päättelyyn, jossa edetään empiirisestä aineistosta kohti käsitteellisempää näkemystä tutkittavasta ilmiöstä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 112.) Aineistolähtöinen sisällönanalyysi etenee aineiston pelkistämisen ja ryhmittelyn kautta teoreettisten käsitteiden luomiseen (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108).

Kysymyslomakkeiden kolmen tutkimuskysymyksen vastaukset luettiin useaan kertaan. Vastaukset pelkistettiin ja listattiin kysymyskohtaisesti. Vastausten ryhmittelyn kautta saatiin luoduksi alaluokkia, jotka yhdistettiin yläluokiksi, joiden kautta vastaukset kuhunkin tutkimuskysymykseen muotoutuivat (pääluokat).

Henkilökohtainen haastattelu suoritettiin haastateltavan diakoniatyöntekijän työtilassa. Haastattelu kesti noin tunnin ajan ja se äänitettiin. Myöhemmin haastattelu kirjoitettiin sanasta sanaan auki. Tekstistä poimittiin pelkistetyt ilmaukset tutkimuskysymyksiin vastaamaan.

5.4 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Opiskelijoita ohjataan tutkimuksen eettisten näkökulmien pohtimiseen. Tutkimusta tehtäessä eettistä pohdintaa edellyttävät tutkimusaiheen valinta, tutkimuskohteena olevien henkilöiden kohtelu sekä rehellisyyden noudattaminen kaikissa tutkimuksen osavaiheissa. (Hirsjärvi ym. 2002, 26.)

Tämän opinnäytetyön tekijä on keskustellut tutkimuksestaan HelsinkiMission Senioripysäkki-kouluttajana toimineen psykoterapeutti Susan Kuusiston kanssa ja saanut kannustusta työn tekemiseen. Tutkimuskyselyn vastaanottajien yhteystiedot ovat olleet julkisesti saatavilla. Kyselyyn vastaaminen on tapahtunut vapaaehtoisesti. Vastatuista kyselylomakkeista vastaajien henkilöllisyyttä ei voi päätellä, ja lomakkeet hävitetään tutkimuksen valmistumisen jälkeen. Vastaukset tutkimuskysymyksiin on pyritty nostamaan ja tulkitsemaan mahdollisimman suoraan kyselyaineistosta.

Tutkimusteksti on tutkijan tulkinta tietystä aineistosta ja tietyistä lähteistä. Tutkijan edellytetään noudattavan työssään sekä menetelmällistä että kielellistä objektiivisuutta. (Hirsjärvi ym. 2002, 278.) Kysymys subjektisuudesta ja objektisuudesta ei ole kuitenkaan aivan yksinkertainen. Tutkija siis tavoittelee objektiivisuutta pyrkimällä ulkopuolisesta määräysvallasta vapaana suorittamaan tutkimuksen, jonka tulee olla toistettavissa. Tutkimuksen ongelmanasettelussa ja myös tulosten tulkinnassa ovat kuitenkin aina mukana tutkija-subjektin näkökulma ja näkemykset. (Hirsjärvi ym. 2002, 279.)

Luotettavuuden kriteereitä laadullisessa tutkimuksessa ovat mm.: *uskottavuus*, vastaavatko tutkijan tekemä käsitteellistäminen ja tulkinta tutkittavien käsityksiä, *luotettavuus*, ulkopuolinen henkilö tarkastaa tutkimusprosessin toteutumisen sekä *vahvistuvuus*, tehdyt tulkinnat saavat tukea toisista vastaavaa ilmiötä tarkastelleista tutkimuksista (Tuomi & Sarajärvi 2009, 138, 139).

Opinnäytetyöprosessin aikana luotettavuustekijät otetaan tarkasti huomioon. Opinnäytetyön ohjaajat ja toiset opiskelijat arvioivat ja kommentoivat opinnäytetyön tutkimuksen uskottavuuden ja luotettavuuden toteutumista.

Tämän tutkimuksen tulokset ovat osoittautuneet yhteneväisiksi Senioripysäkestä aiemmin tehtyjen laajojen ja kattavampien tutkimusten kanssa.

6 SENIORIPYSÄKKI-TOIMINTA DIAKONIATYÖSSÄ

6.1 Kyselyn tulokset

Tutkimuskyselyyn vastasi 15 diakoniatyöntekijää. Vastausprosentti oli 60. Kysymyslomakkeiden vastaukset olivat selkeitä ja helposti tulkittavia.

6.1.1 Taustatietokysymykset

Kyselylomakkeen alussa olleiden taustakysymysten mukaan vastaajista 11 kertoi ammattinsa olevan diakonissa. Kaksi vastaajaa oli diakoneja, yksi vastaaja sosionomi-diakoni ja yksi vastaaja johtava diakoniatyöntekijä, jolloin koulutuksen tulkittiin olevan joko diakonin tai diakonissan. Kaikkien työpaikkana oli seurakunta.

Senioripysäkki-ohjaajiksi vastaajista kolme oli valmistunut vuonna 2008, seitsemän oli valmistunut vuonna 2009 ja viisi oli valmistunut vuonna 2010. Viisi vastaajaa oli ohjannut yhden 15-kerran Senioripysäkki-ryhmän, viisi vastaajaa oli ohjannut kaksi ryhmää, kolme vastaajaa kolme ryhmää sekä yksi vastaaja neljä ryhmää ja yksi vastaaja viisi ryhmää. Tällä hetkellä Senioripysäkki-ryhmätoimintaa käytti työssään yksitoista vastaajaa.

6.1.2 Senioripysäkki-toiminta seurakunnan diakoniatyössä

Kyselylomakkeen vastaukset ensimmäiseen tutkimustehtävää selvittävään kysymykseen *Miten senioripysäkki-toiminta palvelee seurakunnan diakoniatyötä ja omaa työskentelyäsi* olivat keskenään samansuuntaisia ja toisiaan tukevia.

Vastausten mukaan Senioripysäkki-toiminta sopii hyvin seurakunnan diakoniatyön työmuodoksi. Senioripysäkki antaa uuden ja erilaisen ryhmätyötavan ikääntyneiden kanssa työskentelyyn. Toiminta tukee diakoniatyön vanhustyötä ja mahdollistaa uusien eläkeikäisten tavoittamista. Tällöin diakoniatyön etsivä luonne voi toteutua. Erään vastauksen mukaan Senioripysäkki on täsmätyökalu yksinäisyyteen ja terapeutukseen asioiden työstämiseen. Senioripysäkki voi toimia ennaltaehkäisevänä työmuotona mm. syr-

jäytymisvaarassa oleville. Se tarjoaa vertaistukea ja vahvistaa yhteisöllisyyttä, mikä varmasti seurakunnan toiminta-ajatukseen keskeisesti kuuluu.

Vastauksissa kerrottiin, miten Senioripysäkki-ohjaajakoulutuksesta on saatu valmiuksia myös muihin diakoniatyön alueisiin. Koulutus on lisännyt työntekijän itsetuntemusta. Opitut ryhmädynamiikkataidot ovat avuksi muussakin työssä sekä kaikenlaisten ryhmien ohjaamisessa.

Yhden vastauksen mukaan Senioripysäkki-toiminnassa vaikeutena on löytää tällaista ryhmätoimintaa tarvitsevat. Myös tähän seikkaan HelsinkiMission ohjaajakoulutuksessa perehdytään.

Tämän kysymyksen vastaukset pelkistettiin ja ryhmiteltiin sisällönanalyysi-menetelmää käyttäen, jolloin alaluokiksi saatiin: uusi työväline ikääntyvien ryhmänohjaukseen, uusien ikääntyvien tavoittaminen, Senioripysäkin terapeuttisuus sekä Senioripysäkkikoulutuksen hyöty työssä. Alaluokat voidaan yhdistää yläluokaksi, jolloin vastauksena ensimmäiseen tutkimuskysymykseen voidaan todeta, että Senioripysäkki-toiminta palvelee seurakunnan diakoniatyötä ollen Seurakunnan diakonista vanhustyötä tukeva uusi ryhmätyömenetelmä.

6.1.3 Senioripysäkki apuna ikääntyneiden yksinäisyyden lievittämisessä

Toisessa tutkimuskysymyksessä haluttiin selvittää, miten Senioripysäkki-toiminta vastaa ikääntyneiden yksinäisyyteen ja osattomuuden kokemiseen. *Onko Senioripysäkki-toiminnasta apua ikääntyvien yksinäisyyden ja osattomuuden lievittämisessä ja jos on niin miten?* Kaikkien vastaajien mielestä toiminnasta on apua yksinäisyyden ja osattomuuden lievittämisessä. Vastaajat erittelivät vastauksissaan ryhmätoiminnassa toteutuvia asioita, jotka heidän nähdäkseen näin vaikuttavat.

Omaan ryhmään kuulumisen ja sitoutuminen lisäävät ikääntyvän ihmisen osallisuuden kokemista. Jokainen ryhmän jäsen on odotettu ja kerran viikossa 15 viikon ajan hänellä on paikka, johon tulla. Ryhmä on turvallinen ammattilaisen ohjaamana. Ryhmässä tulee kuulluksi ja hyväksytyksi omana itsenään. Senioripysäkki-ryhmässä voidaan keskustella eletyn elämän asioista ja näin kohdata omia tunteita. Voidaan oppia puhumaan vaikeis-

takin asioista. Elämän taakat voivat jakamalla keventyä. Vertaistuen saaminen mahdollistuu.

Senioripysäkki-toiminnassa on mahdollisuus tutustua lähemmin toisiin ikääntyviin ja ystävyysuhteitakin on syntynyt näissä ryhmissä. Jotkut ryhmistä ovat jatkaneet omaehtoisia kokoontumisia 15 kerran jälkeen. Senioripysäkki-ryhmään osallistuminen on voinut rohkaista osallistujaa tutustumaan myös muunlaiseen ryhmätoimintaan. Diakoniatyöntekijän ohjaama Senioripysäkki-ryhmä voi toimia myös siltana osallistumiselle seurakunnan muuhun toimintaan.

Vastauksia ryhmittelemällä alaluokiksi tähän kysymykseen saatiin: omaan ryhmään kuuluminen, kuulluksi tuleminen, eletyn elämän käsittely ja kontaktien syntyminen. Kokoava yläluokka on Osallisuuden toteutuminen ryhmässä. Vastaus toiseen tutkimuskysymykseen muodostuu yläluokan otsikon kautta: Ryhmässä toteutuvan osallisuuden (keskustelu, kuuntelu, ystävyys) kautta on mahdollista lievittää ikääntyvien kokemaa yksinäisyyttä.

6.1.4 Terveiden edistäminen seurakunnassa

Kolmas tutkimuskysymys koski terveyden edistämistä seurakunnan vanhustyössä. *Miten terveyden edistämisen näkökulma on mukana seurakunnan vanhustyössä?*

Monet vastaajista (7) ottivat esille ihmisen kokonaisvaltaisuuden ja terveyden eri osa-alueiden yhteenkuuluvuuden. Diakoniatyössä pyritään ihmisen kokonaisvaltaiseen kohtaamiseen ja elämän eri osa-alueiden kartoittamiseen ja tukemiseen. Usea vastaaja (6) kertoi erityisesti henkisen terveyden edistämisen painottuvan seurakunnan vanhustyössä. Henkisen hyvinvoinnin ja mielenterveyden tukeminen edistää myös fyysistä hyvinvointia.

Terveyden edistämisen kerrottiin toteutuvan kotikäynneillä ja ryhmätoiminnassa ohjauksen ja neuvonnan kautta. Ryhmissä käsitellään terveyteen liittyviä kysymyksiä alustuksin ja keskusteluin. Keskusteluaiheet liittyvät mm. ravintoon, liikuntaan ja uneen.

Sosiaalisten suhteiden mahdollistaminen nähtiin osana terveyden edistämistä. Yksi vastaaja kertoi yhteisön tarjoamisen ja yhteisöön saattamisen olevan yhtenä työnsä tavoitteena ja Senioripysäkki-toiminta on tähän oiva väline. Toinen vastaaja kertoi, miten

masennuksen ennaltaehkäisy toteutuu yhteisöllisyyden onnistuessa. Yksinäisyyden väheneminen kohentaa mielialaa ja terveyden kokemista, jolloin ikääntyvän ihmisen elämänlaatu paranee.

Vain yksi vastaaja kertoi, etteivät he ole pohtineet terveyden edistämisen näkökulmaa seurakunnan vanhustyössä.

Vastauksista nostetut asiat muodostivat seuraavat alaluokat: terveyden kokonaisvaltaisuus, osa-alueiden kartoittaminen, terveysneuvonta- ja ohjaus ja henkinen hyvinvointi. Yläluokaksi muodostui Terveyden edistäminen kokonaisvaltaisen kohtaamisen kautta.

6.2 Kysymysten yhteenveto

TAULUKKO 1

Alaluokat	Yläluokat	Päälouokka
uusi työväline ikääntyvien ryhmänohjaukseen uusien ikääntyvien tavoittaminen Senioripysäkin terapeuttisuus SP-koulutuksen hyöty työssä omaan ryhmään kuuluminen kuulluksi tuleminen eletyn elämän käsittely kontaktien syntyminen terveyden kokonaisvaltaisuus osa-alueiden kartoittaminen terveysneuvonta ja - ohjaus henkinen hyvinvointi	seurakunnan diakonista vanhustyötä tukeva uusi ryhmätyömenetelmä osallisuuden toteutuminen ryhmässä terveyden edistäminen kokonaisvaltaisen kohtaamisen kautta	Senioripysäkki-toiminta diakoniatyöntekijän työvälineenä

6.3 Haastattelu kyselyn syventäjänä

Senioripysäkki-ohjaajana toimivan diakoniatyöntekijän henkilökohtainen haastattelu haluttiin suorittaa postikyselyn vastauksia lisää avaamaan.

Teemahaastattelussa pyritään löytämään merkityksellisiä vastauksia tutkimuksen tarkoituksen ja ongelmanasettelun tai tutkimustehtävän mukaisesti. Periaatteessa etukäteen valitut teemat perustuvat tutkimuksen viitekehykseen eli tutkittavasta ilmiöstä jo tiedettyyn. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75.)

Haastattelun kesto oli noin tunti. Teemat noudattivat vapaasti postikyselyn kysymysrunkoa. Esille nousseet ajatukset olivat hyvin samansuuntaisia kyselyvastausten kanssa:

Haastateltavan mielestä Senioripysäkki-toiminta palvelee seurakunnan diakoniatyötä. Toiminnan kautta diakoniatyön on mahdollista tulla esille ja tutuksi ryhmäläisille. Diakoniatyöntekijä kohtaa myös nuorempia eläkeläisiä, jotka työelämän jälkeen hakevat paikkaansa elämässä ja seurakunnassakin. Senioripysäkki tukee vanhuuden kehitystehtävän toteutumista ja antaa mahdollisuuden ihmisen eheytymiselle eletyn elämän hyväksymisen kautta. Toiminnan kautta tavoitetaan uusia ihmisiä. Myös hengellinen ulottuvuus voi olla ryhmässä läsnä diakoniatyöntekijän toimiessa ryhmäohjaajana.

Senioripysäkki-ryhmään tulijat hakevat apua yksinäisyyteen ja mahdolliseen alakuloisuuteen. Ryhmässä osallistujilla on paljon puhuttavaa. Hyväksytyksi tuleminen ryhmässä poistaa osattomuuden tunnetta. Monet ryhmätoimintaan osallistuneet ovat olleet hyvin kiitollisia saamastaan tuesta. Haastateltava uskoi Senioripysäkki-ryhmään osallistuneiden uskaltavan jatkossa osallistua myös muuhun ryhmätoimintaan. Ryhmän päättyessä mietitään yhdessä, mitä toimintaa esim. seurakunta tarjoaa.

Terveysten edistämisen teemasta haastateltava totesi, että ihminen on fyysinen, psyykinen, sosiaalinen, henkinen ja hengellinen kokonaisuus. Nämä kaikki osa-alueet ovat diakoniatyön kohtaamisissa läsnä. Sairaanhoidajakoulutuksen saanut diakonissa on valpas huomaamaan eri osa-alueet. Sairauden tai vammaisuuden kohtaaminen ei ole diakonissalle vierasta. Tämä on koulutuksen tuoma puoli, jota ei saisi unohtaa. Diakoniatyössä kohdataan asiakkaita usein sairauden äärellä ja tarvitaan taitoa ohjata asiakas oikean avun lähteelle.

Sosiaalinen sekä henkinen ja psyykkinen hyvinvointi korostuvat Senioripysäkki-toiminnassa. Senioripysäkki on etsivää vanhustyötä, jossa vuorovaikutuksesta välittyy välittäminen, kunnioitus ja arvostus. Senioripysäkki-ryhmä on työntekijälle haastava syvällisyytensä vuoksi. Ryhmäohjaaja suhtautuu ryhmäänsä vastuullisesti ja arvostaa myös itse tekemäänsä työtä. Senioripysäkki-ryhmäohjaajien yhteistyö ja HelsinkiMission tarjoama työnohjaus ovat hyvin tärkeitä toiminnan ylläpitämiseksi.

En kadu yhtään, että olen lähtenyt tähän, ihan näen sen sellaisena voimavarana.

7 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää Senioripysäkki-ryhmäohjaajiksi koulutettujen diakoniatyöntekijöiden ajatuksia ja kokemuksia Senioripysäkki-toiminnan käytöstä seurakunnan diakoniatyössä. Itse Senioripysäkki-toimintaa on tutkittu Senioripysäkki-ryhmiin osallistuneiden kannalta ja heidän kokemuksiaan kysyen. Tehdyt tutkimukset ovat laajoja ja antavat hyvän kuvan tämänkaltaisen ryhmätoiminnan vaikuttavuudesta ikääntyvien yksinäisyyden ja masennuksen kokemisen ehkäisemisessä. (Marjovuori ym. 2005; Pitkälä ym. 2005; Vainio 2009)

Näkökulmana tässä tutkimuksessa oli seurakunnan diakoniatyön kautta kohdattu ikääntyneiden yksinäisyys ja osattomuus. Tutkimuksen tavoitteena oli kartoittaa diakoniatyöntekijöiden mielipiteitä Senioripysäkki-toiminnan soveltuvuudesta heidän työvälineekseen diakoniatyössä.

Tämä tutkimus kokosi viidentoista vastaajan mielipiteet Senioripysäkki-toiminnasta. Vastausten yhdenmukaisuus antaa opinnäytetyön tekijän mielestä painoarvoa tutkimuksesta saaduille tuloksille. Laadullista tutkimusotetta ja sisällönanalyysi -menetelmää oli aloittelevan tutkijan helppo toteuttaa juuri annettujen vastausten selkeyden ja yhtenevyyden johdosta. Tästä syystä myös tutkimustyössä vaadittava objektiivisuus oli helppo ottaa huomioon. Tutkijan omat kokemukset Senioripysäkestä eivät vaikuttaneet tutkimusvastausten löytämiseen.

Tutkimuskyselyyn vastanneiden diakoniatyöntekijöiden mielestä Senioripysäkki-toiminta sopii hyvin seurakunnan työmuodoksi ja tarjoaa vartenotettavan työvälineen diakoniatyön vanhustyöhön. Senioripysäkki-toiminta on maassamme uudenlaista ikääntyneille suunnattua ryhmätoimintaa. Diakoniatyössä ryhmätoiminta on ollut käytössä kauan ja diakoniatyöntekijät ovat ryhmätyön ammattilaisia. HelsinkiMissio tarjoaa Senioripysäkki-koulutuksellaan uuden, strukturoidun ryhmätyömallin myös diakoniatyöntekijöiden käyttöön. Uutta on myös HelsinkiMission Senioripysäkki-ryhmien kokoamiseen ja ohjaamiseen antama tuki ja työnohjaus.

Senioripysäkki-ryhmäläisten löytäminen ei ole aina helppoa, vaan vaatii vaivannäköä ja järjestelyjä. Diakoniatyöntekijä joutuu käyttämään työaikaansa melko paljon ryhmän kokoamiseen ja osallistujien alkuhaastatteluihin. Ongelmana voi myös olla, millä tavalla

osallistuja pystyy saapumaan kokoontumispaikalle. Ryhmien sijainti ja tavoitettavuus on järjestettävä sopivaksi ikääntyville osallistujille.

Senioripysäkki-ryhmäohjaajakoulutuksessa painotetaan verkostoitumisen tärkeyttä ikääntyvien ryhmäläisten löytämiseksi. Seurakunnan yhteistyö sekä kunnan työntekijöiden että kolmannen sektorin kanssa edesauttaa tukea tarvitsevien ikääntyvien lähimmäisten tavoittamista. Suomen eri paikkakunnilla koulutetut Senioripysäkki-ohjaajat työskentelevät kukin omissa organisaatioissaan. Säännöllinen yhteydenpito paikkakunnan ohjaajien kesken lisää hyödyllistä verkostoitumista vanhustyön eri toimijoiden välillä.

Tähän tutkimuskyselyyn osallistuneiden diakoniatyöntekijöiden kokemukset Senioripysäkistä ikääntyvien yksinäisyyden lievittämisessä olivat samansuuntaisia Vanhustyön keskusliiton tutkimusten kanssa. Näyttää siltä, että Senioripysäkki-toiminta voi mahdollistaa uusien tuttavuus- ja ystävyysuhteiden syntymistä ikääntyvien kesken. Ryhmätoiminta lisää osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemista monin tavoin.

Kysyttäessä terveyden edistämisen näkökulmaa seurakunnan vanhustyössä usea vastaaja otti esille ihmisen kokonaisvaltaisuuden ja terveyden eri osa-alueet. Terveyden edistäminen toteutuu ikääntyneiden kokonaisvaltaisessa kohtaamisessa mm. neuvonnan ja ohjauksen kautta. Seurakunnan toiminnassa henkisen ja hengellisen terveyden edistäminen painottuu. Näiden terveyden osa-alueiden koettiin olevan pohjana fyysiselle terveydelle. Diakoniatyössä on mahdollista toteuttaa arvolähtöistä terveyden edistämistä sekä yksilöiden että ryhmien kohtaamisissa.

Senioripysäkki-toiminta edistää terveyttä silloin, kun osallisuus saa toteutua. Ikääntyvälle ihmiselle on tarjolla paikka, johon tulla. Arvostava kohtaaminen, mahdollisuus eletyn elämän käsittelyyn puhumalla ja kuuntelemalla edistävät henkistä terveyttä. Vertaistuen saaminen mahdollistuu. Henkisen terveyden ylläpitäminen lisää fyysisen terveyden kokemista.

Tämän opinnäytetyön tekijänä toivon työni lisäävän tietoa Senioripysäkki-ryhmätoiminnasta ja innostavan myös diakoniatyöntekijöitä tutustumaan siihen. Senioripysäkki-ryhmäohjaajakoulutusta voitaisiin myös käyttää diakoniatyöntekijöiden täydennyskoulutuksena. Senioripysäkki-toiminta on omalta osaltaan toteuttamassa Kirkon vanhustyön strategian 2015 peräänkuuluttamaa yhteisöllisyyttä: Yhteisöllisyys on kohtaamista, vä-

littämistä ja jakamista. Yhteiset elämykset ja kokemukset sekä sosiaalinen kanssakäyminen torjuvat yksinäisyyttä ja lisäävät turvallisuudentunnetta. Yhteisö, jossa ihmiset kohtaavat toisensa, on syvimmiltään rakkauden kaksoiskäskyn toteuttamista. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko a i.a.)

LÄHTEET

- Gothóni, Raili & Jantunen, Eila 2010. Käsitteitä ja käsityksiä diakoniatyöstä ja diakonisesta työstä. Tampere: Juvenes Print Oy
- Hakala, Pirjo 2002. Ihmisen kokonaisvaltainen auttaminen. Teoksessa Riitta Helosvuori, Esko Koskenvesa, Pauli Niemelä & Juhani Veikkola (toim.) Diakonian käsikirja. Helsinki: Kirjapaja Oy, 233-266.
- Helin, Matti; Hiilamo Heikki; Jokela, Ulla 2010. Diakoniatyö asiakkaan palveluksessa. Helsinki: Edita.
- HelsinkiMissio 2008. Senioripysäkki-ryhmäohjaajan käsikirja.
- HelsinkiMissio 2010. Vuosikertomus 2010. HelsinkiMission tiedotuslehti 2/2011.
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2002. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Kirkkohallitus 2010. Kirkon tilastollinen vuosikirja 2009. Helsinki: Kirkkohallitus.
- Kirkon Sosiaalifoorumin kannanotto 2007. Vanhuus marginaalissa. Helsinki: Kirkkopalvelut.
- Kirkon tutkimuskeskus 2008. Monikasvoinen kirkko. Suomen evankelis-luterilainen kirkko vuosina 2004-2007. Porvoo: Kirkon tutkimuskeskus.
- Lindroos, Heidi & Segercrantz, Ulrika (toim.) 2009. Yksilöksi ryhmässä. Helsinki: Oy Yliopistokustannus, HYY Yhtymä.
- Lindström, Bengt & Eriksson, Monica 2010. Salutogeeninen lähestymistapa terveyteen – teoria terveyden resursseista. Teoksessa Anna-Maija Pietilä (toim.) Terveyden edistäminen – teorioista toimintaan. Helsinki: WSOYpro Oy, 32-52.
- Marjovuori, Ari; Pitkälä, Kaisu; Routasalo, Pirkko (toim.) 2005. Senioripysäkin ryhmäterapia psykososiaalisena kuntoutuksena. Vanhustyön keskusliitto: Geriatri-

sen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 8. Saarjärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.

Pietilä, Anna-Maija (toim.) 2010. Terveiden edistäminen – teorioista toimintaan. Helsinki: WSOYpro Oy.

Pietilä, Anna-Maija; Länsimies-Antikainen, Helena; Vähäkangas, Kirsi & Pirttilä, Tuula 2010. Terveiden edistämisen eettinen perusta. Teoksessa Anna-Maija Pietilä (toim.) Terveiden edistäminen – teorioista toimintaan. Helsinki: WSOYpro Oy, 15-31.

Pitkälä, Kaisu; Routasalo, Pirkko; Kautiainen, Hannu; Savikko, Niina & Tilvis, Reijo 2005. Psykososiaalisen ryhmäkuntoutuksen vaikuttavuus. Vanhustyön keskusliitto: Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 11. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.

Porin Perusturva i.a. Viitattu 3.8.2011

<http://www.pori.fi/ikaihminenpalvelut/ikapiste.html>.

Satakunnan sairaanhoitopiiri i.a. KASTE –hanke. Viitattu 3.8.2011

<http://www.satshp.fi>.

Satakunnan Vanhustuki ry 2010. Irma Roininen: Kunnossa kotona -projektin loppuraportti. Saatavissa tekijältä.

Senioripysäkki i.a. Viitattu 22.7.2011 <http://www.senioripysakki.fi>.

Salminen, Heimo 1997. Ryhmäanalyysin perusteet. Jyväskylä: Suomen Mielenterveysseura.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2006. Terveiden edistämisen laatusuositus 2006. Viitattu 26.7.2011 <http://www.stm.fi/julkaisut>. Tuloste tekijän hallussa.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2008. Ikäihmisten palvelujen laatusuositus. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2008:3. Helsinki: Yliopistopaino.

Suomen evankelis-luterilainen kirkko i.a. Meidän kirkko – välittävä yhteisö. Suomen evankelisluterilaisen kirkon diakonian ja yhteiskuntatyön linjaus 2015. Viitattu 24.7.2011 <http://www.sakasti.evl.fi>. Tuloste tekijän hallussa.

Suomen evankelis-luterilainen kirkko a i.a. Kirkon vanhustyön strategia 2015. Viitattu 24.7.2011 <http://www.sakasti.evl.fi>. Tuloste tekijän hallussa.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Tammi.

Vainio, Tuula 2009. Yksinäisyyden kokeminen gerontologisen sosiaalityön haasteena. Helsingin yliopisto. Valtiotieteellinen tiedekunta. Pro gradu – työ.

LIITE 1: Tutkimuskysely diakoniatyöntekijöille Senioripysäkki-toimintaan liittyen

1. Ammattisi? _____
 2. Työpaikkasi, seurakunta / muu,
mikä? _____
 3. Milloin olet valmistunut Senioripysäkki-ohjaajaksi? _____
 4. Montako Senioripysäkki-ryhmää olet ohjannut? _____
 5. Ohjaatko Senioripysäkki-ryhmiä
työssäsi? _____

 6. Miten Senioripysäkki-toiminta palvelee seurakunnan diakoniatyötä ja omaa
työskentelyäsi? _____

 7. Onko Senioripysäkki-toiminnasta apua ikääntyvien yksinäisyyden ja
osattomuuden lievittämisessä ja jos on niin
miten? _____

 8. Onko terveyden edistämisen näkökulma mukana seurakunnan vanhustyössä ja
jos on niin
miten? _____

- jatka vastauksia tarvittaessa kaavakkeen kääntöpuolelle, kiitos

LIITE 2: Tutkimuskyselyn saatekirje

12.4.2011

Arvoisa vastaanottaja!

Suoritan Diakonia-ammattikorkeakoulussa Porissa sairaanhoitaja (AMK) ja diakonissan virkakelpoisuus -tutkintoa muuntokoulutuksena. Opinnäytetyöni aiheena on *Senioripysäkki-toiminta diakoniatyöntekijöiden työvälteenä*. Tarkoitukseni on selvittää, miten Helsinki Mission järjestämän Senioripysäkki-ohjaajan koulutuksen saaneet diakoniatyöntekijät ovat ohjaajuuteen ja Senioripysäkki-ryhmätoimintaan suhtautuneet. Tutkimuskysymyksenäni on myös se, miten tämä ryhmätoiminta palvelee seurakunnan diakoniatyötä.

Olen saanut Senioripysäkki-ohjaajan koulutuksen täällä Porissa ja ryhmätoiminta kiinnostaa minua kirkon diakoniatyön näkökulmasta katsottuna. Olen poiminut tämän kirjeen vastaanottajiksi Senioripysäkin [www-sivuilta](http://www.sivuilla) ohjaajat, joiden ammattinimikkeenä on diakonissa, diakoni tai diakoniatyöntekijä. Olisitko ystävällinen ja vastaisit oheiseen kyselyyn ja palauttaisit sen minulle 5.5.2011 mennessä oheisessa palautuskuoressa.

Käsittelen vastaukset nimettöminä ja luottamuksellisesti. Annan lisätietoja tarvittaessa puhelimitse 044 533 9559 tai sähköpostitse: outipenttinen@suomi24.fi.

Kiitos vaivannäöstäsi!

Terveisin

Outi Penttinen

Toukolantie 9, 28360 Pori

